



Mi Universidad

Super nota.

Nombre del Alumno: Arely Guadalupe Álvarez Pérez.

Nombre del tema: Unidad II. Diferencia entre emoción y sentimientos.

Parcial: 2°

Nombre de la Materia: Desarrollo humano.

Nombre del profesor: Hortensia Flores Guillén.

Nombre de la Licenciatura: Derecho.

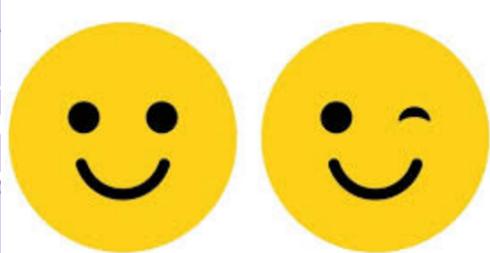
Cuatrimestre: 6°

UNIDAD II. SENTIMIENTOS

QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

Durante décadas, la psicología se ha centrado en el estudio de procesos patológicos, dejando en un segundo plano los sentimientos que fomentan el desarrollo y la felicidad personal.

Siete sentimientos importantes y fundamental en el desarrollo humano son:



ALEGRÍA

La alegría no solo es una emoción placentera; también actúa como un motor para la motivación y el aprendizaje. Cuando las personas experimentan alegría, son más propensas a participar en actividades nuevas y a enfrentar desafíos, lo que contribuye a su crecimiento personal.



CURIOSIDAD

La curiosidad es el impulso que nos lleva a explorar y descubrir. Este sentimiento nos motiva a hacer preguntas, buscar respuestas y aprender sobre el mundo que nos rodea. La curiosidad alimenta la creatividad y la innovación, esenciales para el desarrollo personal y profesional.



ESPERANZA

La esperanza proporciona una perspectiva positiva hacia el futuro. Este sentimiento ayuda a las personas a mantener la resiliencia frente a las adversidades, alentándolas a seguir adelante y a buscar soluciones a los problemas. La esperanza es un motor esencial para el cambio y el crecimiento personal.

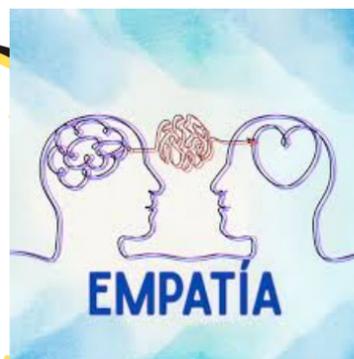


UNIDAD II. SENTIMIENTOS

QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

EMPATIA

La empatía es crucial para fortalecer las relaciones sociales. Al comprender y compartir los sentimientos de los demás, se crea un ambiente de conexión y apoyo. Esto no solo mejora la calidad de las relaciones interpersonales, sino que también fomenta una comunidad más unida y solidaria.



TRISTEZA

A menudo vista como negativa, la tristeza es esencial para el desarrollo emocional. Permite reconocer pérdidas y facilita el proceso de adaptación, promoviendo el crecimiento personal tras situaciones dolorosas.



MIEDO

El miedo alerta sobre peligros potenciales, ayudando a tomar precauciones. También puede impulsar la valentía, permitiendo a las personas enfrentar desafíos y crecer a través de ellos.



IRA

La ira, cuando se gestiona adecuadamente, se convierte en una herramienta para establecer límites y defender valores. Ayuda a identificar injusticias y a tomar medidas para corregirlas.



Ilustración: Rincónpsicología

FUENTE:
ANTOLOGÍA

[HTTPS://PSICOLOGIAYMENTE.COM/PSICOLOGIA/TIPOS-DE-SENTIMIENTOS](https://psicologiaymente.com/psicologia/tipos-de-sentimientos)

[HTTPS://PSICOLOGIAYMENTE.COM/PSICOLOGIA/TIPOS-DE-SENTIMIENTOS](https://psicologiaymente.com/psicologia/tipos-de-sentimientos)